



LIVRON-SUR-DRÔME

17 & 18 JANVIER 2026

MAIRIE DE LIVRON-SUR-DRÔME

ENTRÉE ET ANIMATIONS GRATUITES

10H-18H30 (17H30 DIMANCHE)

PLUS DE 50 AUTEURS PRÉSENTS



MARILYSE
TRECOURT

INVITÉE
D'HONNEUR



ÉTIENNE
KERN



ELENA
SELENA



IELENA



COUP DE ♥ : CASSANDRE AHBÉ

TABLES RONDES, ATELIERS D'ÉCRITURE, HYPNOSE THÉRAPEUTIQUE, CONFÉRENCES, LECTURE DANS LE NOIR, BUVETTE, RESTAURATION...



INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS SUR [HTTPS://OPTIMALES.FR](https://optimales.fr)



Programme des animations

Samedi 17 janvier

De 11h à 12h

Table ronde

Quelles sont les caractéristiques d'un livre optimiste, selon vous ?

Avec Elena Selena, Etienne Kern,
Ielenna et Marilyse Trécourt
Animée par Nathalie Bagadey

De 12h30 à 13h30

Inauguration du salon et de l'exposition

De 13h30 à 14h30

Atelier d'écriture

"Se réconcilier avec ses émotions"

Animé par Arkellana

De 14h45 à 15h15 et de 15h15 à 15h45

Atelier Origamaths - Viens fabriquer un Optimus miniature !

Animé par Didier Begliomini

De 16h à 17h

Atelier d'hypnose thérapeutique

Animé par Sébastien Tissandier

De 17h15 à 18h

Lecture dans le noir

Un atelier immersif et émouvant

Animé par Juliette et Sandrine Lepage

Dimanche 18 janvier

De 11h à 12h

Table ronde

Comment transformer les épreuves en tremplins d'optimisme ?

Avec Elena Selena, Etienne Kern,
Ielenna et Marilyse Trécourt
Animée par Nathalie Bagadey

De 12h15 à 13h15

Atelier d'hypnose thérapeutique

Animé par Sébastien Tissandier

De 13h30 à 14h15

Conférence

"Comment habiter poétiquement le monde et cultiver la joie ?"

Animé par Marie-Gabrielle Maistre

De 14h45 à 15h45

Atelier d'écriture

"Instants de bonheur"

Animé par Anne-Marie Perreau

De 17h15 à 18h

Lecture dans le noir

Un atelier immersif et émouvant

Animé par Juliette et Sandrine Lepage

Les animations ont lieu en salle
Louis Aragon.

Places limitées et majoritairement
sur réservation sur :
<https://optimales.fr>

